

Heti étlap: 2023.02.13. - 2023.02.17. A-MENÜ / Napi háromszori étkeztetés szolgáltatása / 4-6 év

Törökszentmiklós Városi Bölcsőde és Főzőkonyha (Főzőkonyha), 5200 Törökszentmiklós, Oballai út HRSZ:8982

| | 2023.02.13. hétfő | 2023.02.14. kedd | 2023.02.15. szerda | 2023.02.16. csütörtök | 2023.02.17. péntek | 2023.02.18. szombat | |
|--|---|---|---|---|---|---------------------|--|
| T í z ó r a i | Kakaó *7* Félbarna kenyér *1* Csészés margarin *7* Kaliforniai paprika <i>En: 1382 kj /329 kc; Feh: 10,4 gr; Szh:27gr;Cuk:15gr;Só:0,4 gr; Zsír:18,2gr;Tzs:0,9gr;Kalc:255,82 gr</i> Glutén, Tej | Citromos tea Mackósajt *7* Korpás kifli *1,7* <i>En: 968 kj /231 kc; Feh: 6,8 gr; Szh:39gr;Cuk:15,4gr;Só:0,6 gr; Zsír:5,6gr;Tzs:9gr;Kalc:97,6 gr</i> Glutén, Tej | Tej (pasztörözött; 2,8 %) *7* Gabonapehely <i>En: 782 kj /186 kc; Feh: 4,4 gr; Szh:36gr;Cuk:14gr;Só:0 gr; Zsír:1,6gr;Tzs:0gr;Kalc:187,5 gr</i> Tej | Citromos tea Fokhagymás hosszúszele *1,7* <i>En: 1260 kj /300 kc; Feh: 8,2 gr; Szh:74gr;Cuk:15,4gr;Só:1 gr; Zsír:1,1gr;Tzs:0gr;Kalc:22,6 gr</i> Glutén, Tej | Tejeskávé *7* Kifli *1,7* Csészés margarin *7* <i>En: 1293 kj /308 kc; Feh: 9,3 gr; Szh:48gr;Cuk:15,2gr;Só:1,1 gr; Zsír:17,9gr;Tzs:0,9gr;Kalc:288,82 gr</i> Glutén, Tej | | |
| E b é d | Alföldi húsoleves *1,3,7,9* Kelkáposzta főzelék *1* Fasírt *1,3* <i>En: 2066 kj /492 kc; Feh: 31 gr; Szh:45gr;Cuk:0gr;Só:1,4 gr; Zsír:20,7gr;Tzs:0gr;Kalc:133,68 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller | Gulyásleves *1,3,7,9* Túrós guba *1,3,7* Narancs <i>En: 2939 kj /700 kc; Feh: 36,2 gr; Szh:90gr;Cuk:20gr;Só:1,8 gr; Zsír:19,6gr;Tzs:0gr;Kalc:403,56 gr</i> Glutén, Tojás, Tej, Zeller | Zöldborsóleves *1,3,7,9* Bácskai rizshús *3,4,6,7,9* Őszibarack befőtt <i>En: 2299 kj /547 kc; Feh: 26 gr; Szh:77gr;Cuk:0,1gr;Só:1,1 gr; Zsír:15,3gr;Tzs:0gr;Kalc:51,7 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller | Tarhonya leves *1,3,7,9* Rakott karfiol *3,4,6,7,9* <i>En: 1869 kj /445 kc; Feh: 25,6 gr; Szh:46gr;Cuk:0,1gr;Só:1,6 gr; Zsír:18,4gr;Tzs:0gr;Kalc:121,31 gr</i> Glutén, Tojás, Hal, Szójabab, Tej, Zeller | Ivólé Ananászos párolt csirkemell *1,7* Petrezselymes burgonya Vegyes savanyúság <i>En: 2365 kj /563 kc; Feh: 29 gr; Szh:76gr;Cuk:28gr;Só:1,1 gr; Zsír:17,3gr;Tzs:1,5gr;Kalc:222,95 gr</i> Glutén, Tej | | |
| U z s o n n a | Vajas pogácsa *1,3,7* Alma <i>En: 1383 kj /329 kc; Feh: 6 gr; Szh:45gr;Cuk:0gr;Só:0,5 gr; Zsír:14,6gr;Tzs:20gr;Kalc:11 gr</i> Glutén, Tojás, Tej | Tavaszi felvágott *7,9,10* Teljes kiörlésű kenyér *1* Savanyított káposzta Csészés margarin *7* <i>En: 917 kj /218 kc; Feh: 7,6 gr; Szh:25gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:16,3gr;Tzs:0,9gr;Kalc:45,2 gr</i> Glutén, Tej, Zeller, Mustár | Kolbászkrém *1,6,7,9,10,12* Teljes kiörlésű kenyér *1* Kígyóuborka <i>En: 1067 kj /254 kc; Feh: 6,3 gr; Szh:24gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:16,3gr;Tzs:5,1gr;Kalc:20,19 gr</i> Glutén, Szójabab, Tej, Zeller, Mustár, Szulfítok | Házi csirkemáj pástétom *7* Teljes kiörlésű kenyér *1* Alma <i>En: 998 kj /238 kc; Feh: 8,2 gr; Szh:32gr;Cuk:0gr;Só:0,4 gr; Zsír:9,6gr;Tzs:2,9gr;Kalc:25,38 gr</i> Glutén, Tej | Tojáskrém *3,7* Rozskenyér *1* Zöldpaprika <i>En: 877 kj /209 kc; Feh: 5,2 gr; Szh:26gr;Cuk:0gr;Só:0,7 gr; Zsír:11,2gr;Tzs:4,4gr;Kalc:33,74 gr</i> Glutén, Tojás, Tej | | |
| | <i>En: 4830 kj /1150 kc; Feh:47,4 gr; Szh:117gr;Cuk:15gr;Só:2,2gr;Zsír:53,5 gr; Tzs:20,9 gr;Kalc:400,5 gr</i> | <i>En: 4824 kj /1149 kc; Feh:50,7 gr; Szh:154gr;Cuk:35,4gr;Só:2,7gr;Zsír:41,5 gr; Tzs:9,9 gr;Kalc:546,36 gr</i> | <i>En: 4148 kj /988 kc; Feh:36,7 gr; Szh:138gr;Cuk:14,1gr;Só:1,6gr;Zsír:33,2 gr; Tzs:5,1 gr;Kalc:259,39 gr</i> | <i>En: 4127 kj /983 kc; Feh:42 gr; Szh:152gr;Cuk:15,5gr;Só:2,9gr;Zsír:29,1 gr; Tzs:2,9 gr;Kalc:169,29 gr</i> | <i>En: 4535 kj /1080 kc; Feh:43,4 gr; Szh:150gr;Cuk:43,2gr;Só:2,9gr;Zsír:46,4 gr; Tzs:6,9 gr;Kalc:545,51 gr</i> | | |

1: Glutén; 2:Rák; 3:Tojás; 4:Hal; 5:Földimogyoró; 6:Szójabab; 7:Tej; 8:Dió; 9:Zeller; 10:Mustár; 11:Szezám; 12:Szulfítok; 13:Csillagfürt; 14:Puhatestűek

A változtatás jogát fenntartjuk.

Int.vezető:

Shakács:

Dietetikus:

Élelmezésvezető: